

札幌駅前店【3月1日～3月8日スケジュール】

2020 年 2 月 19 日 更新

	3月 1日(日)	3月 2日(月)	3月 3日(火)	3月 4日(水)	3月 5日(木)	3月 6日(金)	3月 7日(土)	3月 8日(日)
9:00	9:30～10:30 骨盤矯正ヨガ 桑原						9:30～10:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)橋	9:30～10:45 ヨガリセットヨガ 佐納
10:00		10:00～11:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)小津和	10:00～11:00 スタンダード60 安達	10:00～11:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 北島	10:00～11:00 腸活ヨガ 佐納	10:00～11:00 ホットピラティス 桑原	10:30～11:30 スタンダード60 STUDIO2 佐納	
11:00	11:00～12:00 ダイエットヨガ (会員様限定)大島	11:30～12:30 スタンダード60 安達	11:30～12:30 骨盤矯正ヨガ 小津和	11:30～12:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐納	11:30～12:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)北島	11:30～12:30 SUMO YOGA 太田	11:00～12:00 リンパデトックスヨガ 小津和	11:15～12:45 心の声に気づくWS 太田
12:00								
13:00	12:30～13:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 安達	13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 小津和	13:00～14:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 安達	13:00～14:30 FIRE (会員様限定) 戸水	13:00～14:00 背中美人ヨガ 佐納	13:00～14:00 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 北島	12:30～13:30 背中美人ヨガ 佐納	13:15～14:30 Rain Yoga 橋
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 桑原	14:30～15:30 Sound Feel Yoga 戸水	14:30～15:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小津和		14:30～15:30 スタンダード60 安達	14:30～15:30 肩コリラクゼーション 橋	14:00～15:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 桑原	
15:00	15:30～16:30 スタンダード60 太田						15:30～16:20 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似島	15:00～16:30 つながりひろがるWS 戸水
16:00							17:00～18:00 骨盤矯正ヨガ 小津和	17:00～18:15 ヨガリセットヨガ 佐納
17:00	17:00～18:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐納		17:50～18:50 リンパデトックスヨガ 大島	18:00～19:00 腸活ヨガ 佐納	18:15～19:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小津和	18:00～19:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)戸水		
18:00	18:30～19:30 SUMO YOGA 太田	18:30～19:30 スタンダード60 STUDIO2 佐納	18:30～19:30 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX STUDIO2 桑原	19:00～19:50 脂肪燃焼コース マーシャルワークアウト STUDIO2 似島	18:30～19:30 アロマリラクゼーション FRUITY DIET STUDIO2 戸水	18:30～19:30 DEEP RELAX 60 STUDIO2 太田	18:30～19:30 ホットピラティス 桑原	
19:00		19:30～20:30 肩コリラクゼーション 橋	19:10～20:40 アドバンス90 (会員様限定) 橋	19:30～20:30 スタンダード60 大島	19:30～20:30 ゆるめてゆがみとりヨガ 太田	19:30～20:30 スタンダード60 安達		
20:00								
21:00	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐納	21:00～22:00 凹まずヨガティス 桑原	21:00～22:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)橋	21:00～22:00 スリムアッププレス (会員様限定)戸水	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 小津和			
22:00								

札幌駅前店【3月9日～3月15日スケジュール】

	3月 9日(月)	3月 10日(火)	3月 11日(水)	3月 12日(木)	3月 13日(金)	3月 14日(土)	3月 15日(日)
9:00						9:30～10:30 ヨガリセットヨガ 佐納	9:30～10:30 ホットピラティス 桑原
10:00		10:00～11:00 SUMO YOGA 大島	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐納	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 桑原	10:00～11:30 アドバンス90 (会員様限定) 戸水	10:30～11:30 DEEP RELAX 60 STUDIO2 橋	
11:00		11:30～12:30 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 安達	11:30～12:30 スタンダード60 安達	11:30～12:30 ダイエットヨガ (会員様限定)小津和	12:00～13:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 桑原	11:00～12:00 Sound Feel Yoga 戸水	11:00～12:00 骨盤矯正ヨガ 大島
12:00							
13:00		13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 大島	13:00～14:00 ヨガリセットヨガ 佐納	13:00～14:00 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 安達	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小津和	12:30～13:30 腸活ヨガ 佐納	12:30～13:30 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 桑原
14:00			14:30～15:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)橋	14:30～15:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)北島		14:00～15:00 スタンダード60 大島	14:00～15:00 ダイエットヨガ (会員様限定)大島
15:00							
16:00						15:30～16:20 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似島	15:30～16:30 リンパデトックスヨガ 小津和
17:00						16:50～18:00 ディープブレスヨガ (会員様限定)橋	17:00～18:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐納
18:00		18:00～19:00 スリムアッププレス (会員様限定)小津和	18:00～19:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 戸水	18:00～19:00 スタンダード60 安達	18:00～19:00 ホットピラティス 小津和	18:30～19:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)戸水	18:30～19:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小津和
19:00		18:30～19:30 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX STUDIO2 安達	19:00～19:50 脂肪燃焼コース HOTボクサダイエット STUDIO2 似島	18:30～19:30 DEEP RELAX 60 STUDIO2 橋	18:30～19:30 スタンダード60 STUDIO2 安達		
20:00		19:20～20:20 スタンダード60 桑原	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 大島	19:30～20:30 背中美人ヨガ 太田	19:30～20:30 SUMO YOGA 大島		
21:00		20:40～22:10 FIRE (会員様限定) 戸水	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 戸水	21:00～22:00 肩コリラクゼーション 橋	21:00～22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 安達		
22:00							

定休日

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】

専用ダイヤル: 0570-888-989

(平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)

(日曜日/祝日 受付時間 8:30～19:00)

※上記受付時間以外はインターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)

◆病気や事故等によりインストラクターの変更がある場合がございます。

◆ご予約されたレッスンをキャンセル、又は変更される場合は
1時間前迄にご連絡をお願い致します。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の1時間前までは
インターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。

※レッスン開始時刻1時間前を過ぎてからのキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※無断欠席された場合も、時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月に2回以上で、翌月の予約可能回数が1回ずつに制限されます。

※キャンセル待ちをされる場合は、【キャンセル待ち期限】の設定をお願い致します。

札幌駅前店【3月16日～3月23日スケジュール】

	3月 16日(月)	3月 17日(火)	3月 18日(水)	3月 19日(木)	3月 20日(金)	3月 21日(土)	3月 22日(日)	3月 23日(月)
9:00								
10:00	10:00～11:00 Sound Feel Yoga 戸水	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 桑原	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 橋	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 大島	9:30～10:30 肩コリリラックスヨガ 安達	9:30～10:30 ダイエットヨガ (会員様限定)大島	9:30～10:30 骨盤矯正ヨガ 桑原	
11:00					10:30～11:30 スタンダード60 STUDIO2 佐柄	10:30～11:30 スタンダード60 STUDIO2 菅原	10:30～11:30 DEEP RELAX 60 STUDIO2 太田	
	11:30～12:30 ホットピラティス 桑原	11:30～12:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 戸水	11:30～12:30 スタンダード60 戸水	11:30～13:00 アドバンス90 (会員様限定) 橋	11:00～12:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)小津和	11:00～12:00 コアカラダリセットヨガ 佐柄	11:00～12:00 SUMO YOGA 大島	
12:00					12:30～13:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 安達	12:30～13:30 リンパデトックスヨガ 大島	12:30～13:30 スタンダード60 桑原	
13:00	13:00～14:00 スリムアッププレス (会員様限定)戸水	12:45～13:45 凹まずヨガティス 小津和	13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 菅原	13:30～14:30 コアカラダリセットヨガ 佐柄	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 菅原	14:00～15:00 スリムアッププレス (会員様限定)小津和	14:00～15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)北島	
14:00								
	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑原	14:15～15:15 ゆるめてゆがみとりヨガ 戸水	14:30～15:30 セルトル美脚ヨガ 戸水					
15:00					15:30～16:30 ホットピラティス 桑原	15:30～16:20 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似島	15:30～16:30 腸活ヨガ 太田	
16:00								
17:00					17:00～18:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)菅原	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小津和	17:00～18:00 凹まずヨガティス 小津和	
18:00	18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 小津和	18:00～19:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)橋	18:00～19:00 背中美人ヨガ 太田	18:00～19:00 スタンダード60 菅原	18:30～19:30 骨盤矯正ヨガ 桑原	18:30～19:30 Sound Feel Yoga 菅原	18:30～19:30 セルトル美脚ヨガ 戸水	
19:00	18:30～19:30 スタンダード60 STUDIO2 安達	18:30～19:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST STUDIO2 安達	19:00～19:50 脂肪燃焼コース マーシャルワークアウト STUDIO2 似島	18:30～19:30 DEEP RELAX 60 STUDIO2 太田				
	19:30～20:30 コアカラダリセットヨガ 佐柄	19:30～20:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐柄	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 安達	19:30～20:30 Sound Feel Yoga 戸水				
20:00								
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ (会員様限定)大島	21:00～22:00 スタンダード60 大島	21:00～22:00 腸活ヨガ 太田	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 菅原				
22:00								

定休日

札幌駅前店【3月24日～3月31日スケジュール】

	3月 24日(火)	3月 25日(水)	3月 26日(木)	3月 27日(金)	3月 28日(土)	3月 29日(日)	3月 30日(月)	3月 31日(火)
9:00								
10:00	10:00～11:00 ホットピラティス 小津和	10:00～11:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)菅原	10:00～11:00 背中美人ヨガ 太田	10:00～11:00 腸活ヨガ 太田	9:30～10:30 ダイエットヨガ (会員様限定)大島	9:30～10:30 コアカラダリセットヨガ 佐柄	10:00～11:00 肩コリリラックスヨガ 安達	10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ 戸水
11:00					10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX STUDIO2 桑原	10:30～11:30 DEEP RELAX 60 STUDIO2 太田		
	11:30～12:30 肩コリリラックスヨガ 橋	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 桑原	11:30～12:30 骨盤矯正ヨガ 桑原	11:30～12:30 SUMO YOGA 大島	11:00～12:00 スタンダード60 安達	11:00～12:00 Sound Feel Yoga 菅原	11:30～12:30 ダイエットヨガ (会員様限定)大島	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北島
12:00								
13:00	13:00～14:00 スタンダード60 大島	13:00～14:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)橋	13:00～14:00 スタンダード60 大島	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑原	12:30～13:30 リンパデトックスヨガ 大島	12:30～13:30 スタンダード60 太田	13:00～14:00 凹まずヨガティス 小津和	13:00～14:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)小津和
14:00		14:30～15:30 リンパデトックスヨガ 太田	14:30～15:30 コアカラダリセットヨガ 佐柄	14:30～15:30 ダイエットヨガ (会員様限定)太田	14:00～15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)戸水	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小津和	14:30～15:30 スタンダード60 大島	14:30～15:30 リンパデトックスヨガ 大島
15:00								
16:00					15:30～16:20 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似島	15:10～16:10 リンパデトックスヨガ 菅原		
17:00					17:00～18:00 肩コリリラックスヨガ 安達	16:30～18:00 アドバンス90 (会員様限定) 橋		
18:00	18:00～19:00 Sound Feel Yoga 菅原	17:50～19:20 EXパワーヨガ (会員様限定) 戸水	18:00～19:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)戸水	18:00～19:00 肩コリリラックスヨガ 安達	18:30～19:30 スリムアッププレス (会員様限定)戸水	18:30～19:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小津和	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 菅原	18:00～19:00 コアカラダリセットヨガ 佐柄
19:00	18:30～19:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET STUDIO2 安達	19:00～19:50 脂肪燃焼コース HOTボクサダイエット STUDIO2 似島	18:30～19:30 スタンダード60 STUDIO2 安達	18:30～20:00 WATER (会員様限定) STUDIO2 戸水			18:30～19:30 DEEP RELAX 60 STUDIO2 橋	18:30～19:40 ディーププレスヨガ STUDIO2 (会員様限定)橋
20:00	19:30～20:30 スタンダード60 佐柄	19:50～20:50 コアカラダリセットヨガ 佐柄	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 菅原	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 安達			19:30～20:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐柄	19:30～20:30 ホットピラティス 桑原
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 戸水	21:10～22:10 スタンダード60 安達	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 戸水	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐柄			21:00～22:00 背中美人ヨガ 太田	21:00～22:00 スタンダード60 安達
22:00								

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】

専用ダイヤル: 0570-888-988 (平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)

(日曜日/祝日 受付時間 8:30～19:00)

※上記受付時間以外はインターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)

◆病気や事故等によりインストラクターの変更がある場合がございます。

◆ご予約されたレッスンをキャンセル、又は変更される場合は

1時間前迄にご連絡をお願い致します。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の1時間前までは

インターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。

※レッスン開始時刻1時間前を過ぎてからのキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※無断欠席された場合も、時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月に2回以上で、翌月の予約可能回数が1回ずつに制限されます。

※キャンセル待ちをされる場合は、【キャンセル待ち枠】の設定をお願い致します。